



広報

しほのへ

2022
11

No.212

レールバス出発進行!

- まちのできごとあれこれ ——— 2~3
- 保健情報 ——— 4~7
- 行政のひろば ——— 8~15
- 図書情報 ——— 16
- お知らせ ——— 17~21

町と(一社)南部縦貫レールバス愛好会(星野正博代表理事)は旧南部縦貫鉄道七戸駅構内で10月9日、町内在住の園児や小・中学生を対象に「レールバスキッズフェスタ2022」を開催しました。イベントには203人が来場し、家族連れでレールバスや線路の上を走る軌道自転車の体験乗車を楽しんでいました。構内にはレールバスの体験乗車を終え、笑顔で「楽しかったからもう一度乗りたい」と再び順番待ちの列に並ぶ子どもたちの姿が見られ、レールバスはそれに応えるかのように大きな汽笛を鳴り響かせ、絶え間なく走る姿が見られました。

秋の全国交通安全運動が実施されました

9月21日から30日にかけて、秋の全国交通安全運動が全国各地で実施されました。

七戸町では、9月21日に国道4号（道ノ上交差点前）で七戸町交通安全対策協議会（小又勉会長）が街頭指導を実施し、会員約20名がのぼり旗や横断幕を掲げながら、走行するドライバーへシートベルトの着用や交通マナーの向上を呼びかけていました。

ドライバーへ注意を呼びかける会員たち▶



七戸第2分団に消防ポンプ自動車を配備



町は青森県電源立地地域対策交付金を活用し、七戸町消防団七戸第2分団（小林憲市分団長）に消防ポンプ車を配備しました。

9月22日に役場本庁舎にて消防ポンプ自動車配置式が行われ、小栗勝吉七戸町消防団長は「巡回活動や有事の際の迅速な消火活動が行えるよう、一層精進していきたい」と話していました。

◀配備された消防ポンプ自動車と
小栗消防団長（右）、小林分団長（左）

七戸中学校で陸上自衛隊派遣演奏会を開催

9月15日、七戸中学校（諏訪俊幸校長）で陸上自衛隊第9音楽隊（青森市、櫛引孝雄隊長）による演奏会が開催されました。演奏会は2部構成で行われ、第1部ではクラシックを中心とした楽曲が演奏されました。第2部では、アニメの主題歌メドレーや歌謡曲などが演奏され、中には隊員が歌声を披露する楽曲もあり、会場は盛り上がりを見せました。

演奏会では、生徒が指揮者を体験するコーナーも設けられ、3人の生徒が櫛引隊長のアドバイスを受けながら指揮に挑戦し、3人とも異なるテンポで、音楽隊をまとめあげていました。指揮者を体験した生徒は「緊張したけれど、指揮を通して一緒に音楽を作っていると感じた」と感想を述べていました。



▲生徒に大迫力の演奏を届ける音楽隊の皆さん

グラウンド・ゴルフで交流深める

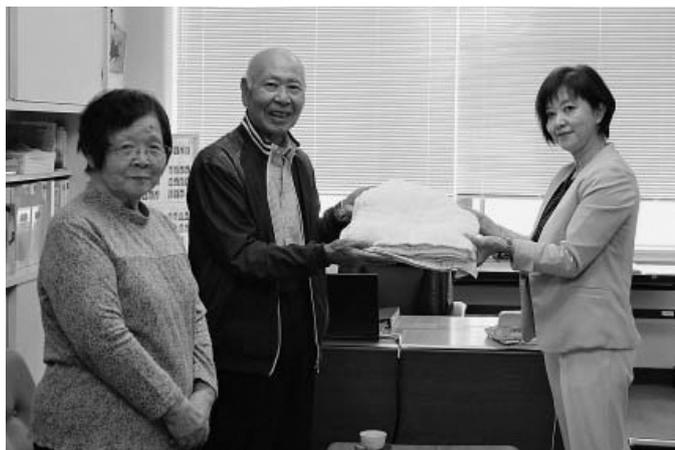
9月27日、七戸町グラウンド・ゴルフ協会（花松正夫会長）は七戸町総合運動公園で七戸町長杯グラウンド・ゴルフ交歓大会を開催しました。

グラウンド・ゴルフはクラブでボールを打ち、ボールがホールポストに入るまでの打数の少なさを競うゲームで、複雑なルールはなく、身近な広場や公園など、誰でも、どこでも気軽に取り組むことができるという特徴があります。

本大会は県内各地から343名が参加し、3つのブロックに分かれたコースを周回しました。参加者たちは楽しそうにゲームに取り組みながら、交流を深めていました。



向町老人クラブが城南小に雑巾寄贈



▲左から斉藤副会長、山本会長、小笠原校長

10月11日、向町老人クラブ（山本順治会長）が城南小学校（小笠原小百合校長）へ雑巾270枚を寄贈しました。寄贈された雑巾は会員が手縫いで作成したもので、クラブでは平成15年から町内小・中学校へ雑巾の寄贈を続けており、今回で寄贈した枚数は累計で4,830枚となりました。

山本会長は「学校の活動や児童たちの清掃活動などに役立ててくれたら嬉しい」と話していました。これを受け、小笠原校長は「校内の活動などに大切に活用させていただきます」と感謝の意を伝えていました。

天間林BBC 初の全国大会へ

5月14日から9月28日にかけて行われたPRIDE JAPAN 第5回少年野球全国大会青森県予選会において、天間林ベースボールクラブ（BBC、宮澤慧武育成会会長）が見事優勝し、12月24日から27日の4日間、三重県で開催される第3回お伊勢さん杯PRIDE JAPAN 全国選抜少年野球大会への出場を決めました。

同クラブは10月12日に町長のもとを訪れ、大会の結果と全国大会への出場を報告しました。クラブを代表して主将の阿部賢翔さん（七戸小6年、写真前列左から3番目）が「青森県の代表として、一戦必勝を目標にチーム一丸となって頑張りたい」と全国大会への抱負を語りました。



▲全国大会の切符を手にした天間林BBCの選手の皆さん

新型コロナワクチン情報

新型コロナウイルスワクチン小児接種(5～11歳)の予約を開始しました

【対象者】 5歳以上11歳以下の方

【使用ワクチン】 小児ファイザー

【接種回数】

- ・初回接種（1・2回目）の方：3週間の間隔をおいて2回接種
- ・追加接種（3回目）の方：2回目接種日から5カ月経過後に1回接種

【接種券の発送について】

- ・初回接種の接種券：対象者には、既に接種券を発送しています。お手元にない場合は再発行ができますのでコロナワクチンコールセンター（☎51-0822）までお問い合わせください。
- ・追加接種の接種券：2回目接種完了後から5カ月経過後に順次発送します。
- ・これから5歳を迎える方：5歳の誕生日を迎えたら接種券を送付します。

【接種年齢と使用するワクチンについて】

- ・11歳の方：1回目のワクチン接種前に12歳を迎える場合は12歳以上のワクチンを接種します。

【接種場所】 公立七戸病院、工藤医院

12歳以上の方の追加接種(3～5回目)の接種間隔が短縮されました

これまでの追加接種は、前回接種から5カ月以上経過後とされていましたが、**3カ月以上経過後に短縮**されました。9月までに3～4回目接種を完了した12歳以上の方は、年内中に「オミクロン株対応2価ワクチン」の追加接種が可能です。

お手元に接種券が届きましたら、早めの接種をご検討くださるようお願いいたします。

	実施場所	接種日	受付時間
集団接種	公立七戸病院 (ファイザー社2価ワクチン)	11月12日(土) 12月3日(土)	8:30 ~ ※
	天間林保健センター (ファイザー社2価ワクチン)	12月11日(日) 18日(日)	8:30 ~ 12:00

※予約人数の調整により、受付時間が変更になる場合があります。

	実施場所	接種日	受付時間
個別接種	工藤医院 (ファイザー社2価ワクチン)	月～木、土	月～木 13:30～16:00 土 13:30～14:30

【接種予約】 新型コロナワクチンコールセンター ☎51-0822

【接種に関する相談】 保健福祉課 ☎68-4631

受付時間はいずれも8:30～17:00（土・日・祝日除く）

オミクロン株対応2価ワクチン接種予約はWEBで

接種予約（集団接種のみ）がWEBでできるようになりました。

QRコードを読み込むか、町ウェブサイト（<http://www.town.shichinohe.lg.jp/>）からアクセスしてください。



問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631

オミクロン株に対応した新型コロナワクチン接種に係る県営広域接種

県では、オミクロン株に対応した新型コロナワクチンの広域接種を、下記のとおり行います。

- 1 対象者 追加接種（3回目接種以降）：18歳以上の方
住民票がある市町村が発行した接種券をお持ちの方
（住民登録地と接種券を発行した自治体が異なる場合は接種できません）
- 2 接種費用 無 料
- 3 使用ワクチン モデルナ社オミクロン対応2価ワクチン
- 4 接種日

接種期間	青森会場	青森県立保健大学 体育館 11月5日(土)～12月4日(日)の土・日 ※11月26日(土)、27日(日)を除く
	弘前会場	柴田学園大学（旧東北女子大学） 体育館 11月5日(土)～12月18日(日)の土・日 ※11月19日(土)、20日(日)を除く
	八戸会場	青森県立八戸第二養護学校 体育館 11月5日(土)～12月11日(日)の土・日

- 5 接種時間 9:30～12:30、14:00～18:30
- 6 予 約 ①インターネット予約（24時間対応）特設サイト
特設サイトURL <https://aomori-vaccine.neto> QRコード
- ②コールセンター（電話）予約（9:00～20:00、土・日・祝日可）
☎0570-001-187



新型コロナウイルス感染症予防接種証明書のコンビニ交付が利用可能な事業者の追加

新型コロナウイルス感染症予防接種証明書（以下「接種証明書」という。）のコンビニ交付が利用可能な事業者が追加されました。主な事業所は次のとおりです。

- ・ミニストップ株式会社 ・株式会社ユニバース ・マックスバリュ南東北株式会社
- ・イオン東北株式会社 ほか

利用時間 毎日（土・日・祝日含む）6:30～23:00

発行に当たっては、マイナンバーカードと接種証明書発行料（120円）が必要です。

コンビニなどの端末により、発行前にご自身で内容を確認いただくことになりますので、接種時に交付された接種済証など接種事実が確認できる書類をお持ちいただくと、内容の確認をスムーズに行うことができます。

非課税世帯等に対する給付金関係について

○住民税均等割非課税世帯等に対する臨時特別給付金（10万円）

対象と思われる世帯へ送付した「住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金支給要件確認書」（以下、確認書）による受給申請および新型コロナウイルス感染症により収入が減少し、住民税非課税相当になった世帯（家計急変世帯）への受給申請は9月30日をもって終了しました。

なお、前年の申告がされていないことから確認書が発行されておらず、世帯全員が非課税相当の方は12月末まで受給申請ができますので保健福祉課にお問い合わせください。

（例：令和4年6月1日以降に七戸町へ転入した方で、前住所地で確定申告が未申告の非課税世帯 など）

○原油価格・物価高騰対策事業給付金（1万円）

町は原油価格・物価高騰による住民税非課税世帯等の負担の軽減を図るため臨時的な措置として令和4年度分の市町村民非課税世帯（生活保護世帯を除く）に対し給付金1万円を支給します。

○電力・ガス・食料品等価格高騰緊急支援給付金（5万円）

電力・ガス・食料などの価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯（住民税非課税世帯等）に対して、1世帯あたり5万円を支給します。対象者には11月下旬を目途に通知する予定です。

問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631

「もしかして？」ためられないで！189（いちはやく）

※令和4年度「児童虐待防止推進月間」最優秀標語

11月は「児童虐待防止推進月間」です

児童虐待は早期発見がカギになります。虐待が疑われる、出産や子育てに悩んでいるなど、心配だなと思ったらご相談ください。

あなたの電話が子どもや子育てに悩む親を救うための大きな一歩になるかもしれません。

児童虐待とは…子どもの心身を傷つけ、健やかな成長・発達をそこなう行為です！

身体的虐待

殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、戸外に長時間締め出す、溺れさせる など

心理的虐待

無視する、言葉で脅す、罵声を浴びせる、兄弟間での極端な差別、子どもの前でDV（配偶者・家族に対する暴力をふるう） など

ネグレクト（養育放棄・怠慢）

家に閉じ込める、学校に行かせない、食事を与えない、病院に連れて行かない、車の中に放置、ひどく不潔な状態にする など

性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為の強要、性的行為を見せる、ポルノの被写体にする、性器をさわる、性器をさわらせる など

「しつけ」と「虐待」の違いとは…

「しつけ」とは、子どもがきちんとした生活習慣や社会のルール、良好なコミュニケーション力を身につけられるよう働きかけ、子どもの成長をサポートする行為です。

これに対し、痛みや恐怖によって子どもの行為を正そうとする体罰行為が「虐待」にあたり、体罰が繰り返されると子どもの健やかな成長に悪影響を与える可能性があります。

身近な相談窓口…「心配だな」と思ったら、ためらわず連絡を！たとえ勘違いだったとしても。

- 児童相談所全国共通ダイヤル **189** いちはやく ○七戸児童相談所 ☎0176-60-8086
○こどもみらい課 ☎0176-58-7622

11月14日は「世界糖尿病デー」です

日本には約2,000万人の糖尿病患者および予備群がいると推定され、七戸町でも糖尿病患者は年々増加傾向にあります。この機会に、糖尿病や日々の生活習慣について考えてみませんか？

糖尿病とは？▶ 血糖を下げるインスリンの働きが悪くなり、本来エネルギー源として使われるブドウ糖がうまく筋肉や細胞に取り込まれず、高血糖状態が続く病気です。不規則な食事や運動不足、喫煙といった生活習慣の乱れが原因といわれています。

糖尿病になるとどうなるの？▶ 高血糖状態のまま放置すると、血管が傷つき、網膜症や神経障害、腎症などの合併症につながります。さらに脳卒中や心筋梗塞、歯周病など全身に及びます。

糖尿病予防・糖尿病治療のポイント

- ①適正体重を知って肥満予防！ BMI＝体重(kg)÷身長(m)÷身長(m) ※標準18.5～25未満
- ②1日3食バランスよく食べよう！野菜はたっぷり、よく噛んで食べよう！
- ③少しでも多く体を動かそう！
- ④お酒は控えめに！／たばこを吸う人は禁煙を！
- ⑤毎年健診を受けて自分の血糖値を確認しよう！治療を受けている人は定期受診を続けよう！

食事などの生活習慣や健康に関するご相談は、保健福祉課（☎68-4631）までお問い合わせください。

認知症について No.7



9月16日、カケモ七戸店前において、町と公立七戸病院院内認知症ケアチームが合同で「認知症を正しく理解しよう！！～認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく過ごすことができるように」をテーマにPR活動を行いました。昨年度は新型コロナウイルス感染症拡大により中止となっており、今年度初めて開催しました。街頭でのリーフレットの配布のほか、認知症やフレイル予防のための簡単なチェック、相談窓口の紹介、リビングウィル*の紹介を行いました。



参加者からは「買い物のついでに認知症の相談ができて良かった」「だんだん認知症が気になる歳になってきた。生活習慣を見直し、気をつけていきたい」「自分で判断できるうちに、どうしたいのかを家族と話し合っておきたい」などの声が聞かれていました。

*生前の意思、事前指示書：病気や事故、認知症などにより自分が受ける医療を自分で決められなくなってしまう場合があります。自分のことを自分で決められるうちに意思を家族に伝えたり、書いておくことが大切です。

◀PR活動時の様子

問合せ先 七戸町地域包括支援センター ☎68-3500

上十三保健所健康相談日程

事前予約をし、受付時間を守ってご利用ください。

〈場 所〉上十三保健所 〈問合せ先〉☎23-4261

日にち	種 別	受付時間	対象など
11月1日(火)	B型およびC型肝炎検査	13:00~13:30	県内市町村に住所を有し、過去に検査を受けたことがない希望者
11月29日(火)	HIV(エイズ)に関する相談	13:30~14:30	希望者
11月16日(水)	療育相談	9:00~11:30	乳幼児の発達が心配な方
11月16日(水)	精神保健福祉相談	13:00~14:00	精神・神経・飲酒などの相談がある方
随時相談	女性健康相談	随 時	思春期から更年期に至る女性

※HIV(エイズ)の検査の結果は当日にお知らせします。また、B型およびC型肝炎検査の結果は約2週間かかります。

食べて健康！ヘルシーレシピ 《長いもとアボカドのコロコロサラダ》

・長いも	100g
・アボカド	1/2個(50g)
A	しょうゆ 大さじ1/2
	マヨネーズ 大さじ1/2
	わさび 適量
・のり	適量

材料(2人分)

(1人分) エネルギー 112kcal たんぱく質 2.6g
糖質 10.4g 食物繊維 2.2g 食塩相当量 0.9g

〈作り方〉

- ①長いもとアボカドは1cmの角切りにする。
- ②Aを混ぜ、①と和え、刻んだのりをかける。



ひとくちメモ：血糖値の抑制にも効果あり！長いもの栄養

長いもに含まれる難消化性でんぷんは、食物繊維と同様ほとんど消化されずに腸に届くため、食べたものの消化吸収をゆるやかにし、食後の血糖値の急上昇を抑える働きがあります。生で食べるのが効果的です。ただし、他のイモ類と同様糖質の量が多いので食べすぎ注意！ごはんの量を2~3口減らすなど調整しましょう。

マイナンバーカード交付申請の無料サポートを行っています

町では、マイナンバーカードをまだ取得していない方に、無料で交付申請サポート（申請に必要な写真の撮影、申し込み手続きなど）を行っていますので、ぜひご利用ください。

日 時	場 所
平 日 8:30~17:00	本 庁 舎 総務課・町民課 七戸支所 庶務課
11月6日(日) 8:30~17:00	本 庁 舎 1階ロビー 七戸支所 1階ロビー
11月13日(日) 8:30~17:00	
11月27日(日) 8:30~17:00	
12月4日(日) 8:30~17:00	
12月11日(日) 8:30~17:00	
12月25日(日) 8:30~17:00	

交付申請に必要なもの

- ・ 郵送された交付申請書（紛失された方は当日再発行できません）
- ・ 本人確認書類
 - 1点で確認できるもの（顔写真付き）：運転免許証、住民基本台帳カード、在留カードなど
 - 2点以上で確認できるもの：健康保険証、学生証、医療受給者証など

マイナンバーカード休日交付臨時窓口の開設について

休日に交付窓口を開き、カードの交付を行います。ぜひこの機会にマイナンバーカードの受け取りをお願いします。受け取りには事前予約が必要となります。

- 日 に ち 上記申請サポートと同様
- 時 間 9:00~17:00
- 場 所 本庁舎：町民課／七戸支所：庶務課
- 予 約 方 法 電話または窓口でお申し込みください。
※希望時間、来庁予定者の氏名などを確認します。
- 予 約 連 絡 先 本 庁 舎 町民課 ☎68-2112
七戸支所 庶務課 ☎62-2111



○問合せ先 マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178
総務課 ☎68-2111

マイナンバーカードでマイナポイント第2弾 対象期間延長

マイナポイントは、マイナンバーカードの普及促進、消費活性化を目的として、キャッシュレス決済サービスで利用可能なポイントを国が付与する事業です。

対象期間（対象者）が下記のとおり延長されました

変更前：マイナンバーカード交付申請を令和4年9月末までにした次の方



変更後：マイナンバーカード交付申請を令和4年12月末までにした次の方

※すでにマイナンバーカードを取得している方も対象です

対象者	付与ポイント	申込可能期間
①マイナンバーカードを取得された方のうち、マイナポイント第1弾に申し込んでいない方	最大5,000円分	令和5年2月末まで
②マイナンバーカードの健康保険証としての利用申し込みを行った方	7,500円分	
③公金受取口座の登録を行った方	7,500円分	

※ポイントを取得するには、マイナポイント申し込みが必要です。

マイナポイント申し込みに必要なもの

- ・マイナンバーカード
- ・マイナンバーカード取得時に設定した暗証番号（4桁の数字）
- ・登録するキャッシュレス決済サービス（プリペイドカード、クレジットカード※など）
※クレジットカードは決済サービスID・セキュリティコードが必要です。
- ・預貯金通帳またはキャッシュカード（公金受取口座の登録をする場合）

申込方法

- ・スマートフォン、パソコンで申し込み
- ・マイナポイント手続きスポット※で申し込み

※マイナポイント手続きスポットとは？

役場本庁舎（総務課）・役場七戸支所（庶務課）・郵便局・携帯ショップ（au、ドコモ、ソフトバンク）・イオン・ローソン・ヤマダ電機 など



詳しくは、総務省マイナポイント事業ウェブサイト（<https://mynumbercard.point.soumu.go.jp/>）をご確認ください。

七戸町農林業資材等高騰対策支援給付金

コロナ禍による燃油高騰や資材価格高騰によって経営がひっ迫している農林業を営む個人・法人を支援することを目的として、1経営体あたり最大5万円を給付します。対象となる方は、申請くださるようお願いいたします。

- 対象者要件** 七戸町内に住所を有する農林業を営む個人・法人
- ①令和3年分の事業収支において、農林業によるものがあつた個人・法人。
 - ②令和4年10月1日現在で継続して事業を行っていること。ただし、家族内において、事業継承を行っている場合は、農林課（七戸町地域農業再生協議会事務局）へご連絡ください。
 - ③七戸町以外の市町村から、当該給付金と同様の趣旨となる支援金または給付金を受けていないこと。ただし、肥料価格高騰対策事業費補助金は除く。
 - ④申請時点における町税の納期到来分について未納が無いこと。
 - ⑤七戸町暴力団排除条例（平成23年9月9日条例第10号）第2条に規定する暴力団員でないこと。
 - ⑥令和4年10月1日現在で、認定新規就農者として登録されている個人・法人。
- 給付額** 農林業を営む個人・法人 1経営体最大5万円
- 申請期間** 11月28日(月)から12月16日(金)まで
- 申請方法** 水田活用交付金等の受給者には、11月28日(月)までに通知書を発送しますので、内容を確認いただき、下記の書類を添えて申請してください。また、通知書が届かない方であっても、要件を満たしていれば申請可能です。※法人の方は必要書類をダウンロードして申請してください。
- 提出先** 下記の書類を添えて所定の場所に提出してください。
- ① J A ゆうき青森天間林営農センター・・・個人
 - ② J A 十和田おいらせ七戸支店・・・個人
 - ③ 農林課（七戸町地域農業再生協議会事務局）・・・個人、法人
- 申請書類** (1)七戸町農林業資材等高騰対策支援給付金交付申請書兼誓約・同意書
(2)令和3年分確定申告書類の控え等写し
- 【個人の場合】
- ①青色申告決算書の写し（白色申告者は、申請書の内容を確認し、提出してください。）
- 【法人の場合】
- ①直近の決算報告書写し
 - (3)振込先確認書類として、通帳表紙および裏の写し
 - (4)七戸町農林業資材等高騰対策支援給付金算定表兼請求書
- 給付方法** 交付決定通知書を送付後、指定した口座に振り込みます。
- その他** 詳しくは、七戸町ウェブサイト（事業者の方へ一支援・助成一農林業者への支援（<http://www.town.shichinohe.lg.jp/jigyo/shien/nouringyou/>）へ11月24日(木)までに掲載しますのでご覧ください。

○申請・問合せ先 農林課（七戸町地域農業再生協議会事務局） ☎68-2116
J A ゆうき青森天間林営農センター ☎68-3133
J A 十和田おいらせ七戸支店 ☎62-2195

「女性の人権ホットライン」強化週間

青森地方法務局および青森県人権擁護委員連合会では、下記の強化週間中、平日の電話相談時間を延長し、土・日・祝日も電話相談を行います。

相談は無料で、秘密は守ります。ひとりで悩まず、相談してください。

期 間 11月18日(金)～24日(木) 期間中の平日 8:30～19:00
期間中の土日祝日 10:00～17:00

○問合せ先 女性の人権ホットライン ☎0570-070-810
(通常は土・日・祝日を除く平日の8:30～17:15まで相談を受け付けています。)

国民年金からのお知らせ

ご自身の年金記録や将来の年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」をご利用いただくと、パソコンやスマートフォンなどで以下の年金情報などを手軽に確認できます。

- ご自身の年金記録や、お勤めになられた会社の履歴等の確認
- 将来の年金見込額の試算
- 年金振込通知書、年金額改定通知書などの確認 など

「ねんきんネット」はマイナンバーカードによるマイナポータルアプリからの登録または、基礎年金番号による「ねんきんネット」のユーザIDによる登録でご利用できます。

詳しくは日本年金機構ウェブサイト (https://www.nenkin.go.jp/n_net) でご確認いただくか、専用番号にお問い合わせください。



ねんきんネット
QRコード

○問合せ先 専用番号 ☎0570-058-555

後期高齢者医療被保険者のみなさまへ

【被保険者証の返却のお願い】

10月から被保険者証の自己負担割合が2割に変更となった方には9月に新しい被保険者証が交付されているため、9月以前まで使用していた被保険者証を返却する必要があります。まだ返却されていない方は、被保険者証交付時に同封した返信用封筒にて返却くださるようお願いいたします。

○問合せ先 青森県後期高齢者医療広域連合 ☎017-721-3821

【新たに後期高齢者医療制度に加入された方の保険料の納め方について】

保険料は年金からの天引き（特別徴収）が原則ですが、新たに後期高齢者医療制度に加入された方は年金からの天引きが開始されるまで時間がかかるため、加入当初は納付書で納めていただくことになります。

口座振替を希望される場合は手続きが必要です。また、これまで国民健康保険税（料）を口座振替で納めていた方も、改めて手続きが必要となりますので、詳しくは町民課までお問い合わせください。

○問合せ先 町民課 ☎68-2112

猫の正しい飼い方

猫は完全室内飼育に努めてください。

環境さえ整えば、猫は屋内で飼育できる動物です。

- 猫にとって屋外は危険な場所です。
- 不妊去勢手術により、野良猫の減少につながります。
- 屋外飼育により、飼主へ損害賠償責任が発生する場合があります。

○問合せ先 保健福祉課 ☎68-4631

令和5年10月1日からインボイス制度が始まります

十和田税務署では、事業者の方を対象にインボイス制度※の説明会を開催します。

消費税の基本的な仕組みからインボイス制度の概要までご説明しますので、是非ご参加ください。

※インボイス制度…インボイス（適格請求書）とは、売り手が買い手に対して、正確な適用税率や消費税額などを伝えるものです。この制度は、課税事業者がインボイスを発行することで、取引において消費税などにかかる流れをより明確にし、適切に消費税の納税を行うための制度です。

日 時 11月24日(木)

午前の部 10:00～11:30

午後の部 13:30～15:00

場 所 七戸中央公民館 2階 第1・2研修室

定 員 各40人（予約は不要ですが、定員に達した場合には別会場などをご案内する可能性があります。あらかじめご了承ください。）

○問合せ先 十和田税務署 個人課税第一部門 ☎23-3153

上北自動車道利用時の基本的なルールを確認しましょう！

①歩行者、自転車、125cc以下のバイクや農耕車は通行できません

「ちょっと近道だから…」と横断したり、進入したりしてはいけません。

②逆走禁止！！上北自動車道は『一方通行』です

逆走は命にかかわる大変危険な行為です。インター出入口では必ず標識・案内板を確認しましょう。

③後部座席も確実にシートベルトを着用しましょう

後部座席シートベルト非着用者の死亡率は約3倍に高まります。

全席シートベルトを着用しないと運転者には違反点数1点が加算されます。

④交通事故等やむを得ない場合以外は、本線上に駐停車できません

交通事故などを起こしたときは、可能な限り路肩に移動させて、停止表示板や発煙筒を使用して周囲に注意喚起してください。

○問合せ先 青森県警察本部 交通部 高速道路交通警察隊 ☎017-782-5231

屋根・外壁の
塗装のプロに
お任せください！！

たいしん
株式会社 太信塗装店
☎0176-62-2387
七戸町字七戸59-17

創業45年の七戸町のペンキ屋です！
当社では秋の塗装予約を受付中！
ご予算に合わせたプランをご提案します！

お見積り無料！お得です！

七戸町LINE公式アカウント
友達登録募集中

町から防災情報やイベント情報、防災無線の放送内容などが配信されます。

QRコードを
読み取って
登録をお願いします！

蜜蜂を飼育されている方へ

蜜蜂を飼育している方は毎年届出が必要です。

【蜜蜂の配置について】

提出書類：蜜蜂配置希望申告書・採蜜状況報告書
提出期限：12月上旬

蜜蜂を飼育するためには、養蜂振興法に基づく飼育届の提出のほか、毎年1月に県民局が開催する配置調整会議において、調整を図る必要があります。

【蜜蜂の飼育届について】

提出書類：蜜蜂飼育届
提出期限：1月下旬

確定した配置について毎年1月1日現在の飼育状況を記載し、提出してください。

上記の届出は上北地域県民局地域農林水産部畜産課に提出してください。

届出用紙は、青森県ウェブサイトでダウンロードするか、上北地域県民局地域農林水産部畜産課までご連絡ください。また、昨年度飼育届を提出された方については、当課から用紙を郵送します。

なお、花粉交配用のみで蜜蜂を一時的に飼育されている方の届出は不要ですが、趣味であっても通年で飼育する場合は届出が必要です。

また、蜜蜂を飼育していない場合でも、飼育する目的で巣箱を設置する場合は届出が必要となります。

◆提出様式のダウンロード

青森県農林水産部畜産課ウェブサイト「蜜蜂飼育届出の義務について」

<https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/nourin/chikusan/mitubachishiikutodokenogimu.html>

○問合せ・提出様式配布先 上北地域県民局地域農林水産部 畜産課
☎22-8111 (内線224)

七戸町地域おこし協力隊コラム

「笑顔は世界共通語!？」

みなさんこんにちは! 今回の協力隊コラムは冬が待ち遠しい星野が担当します。

七戸町に来て、冬が一番好きになりました! というのも、七戸町の冬の景色は本当に綺麗で飽きないからです。それに寒い日の温泉以上に最高なものはないです!

さて今回は、先月七戸公営柏葉塾で開催した国際交流イベントについて紹介します。

公営塾では、地域活動・キャリア教育の一環としてさまざまなイベントが実施されています。地域おこし協力隊の私も、今年3月に行われた「しちのへを語ろう!」のイベントに参加し、七戸高校生との交流を深めました。その交流会の中で盛り上がったテーマの一つに「海外との交流」が挙がり、今回の国際交流イベントにつながりました。

このイベントは、七高生がインドネシアの高校生と交流することを目的としたもので、交流に協力してくれたのは、インドネシアのメダン市にあるダルマワンサ高校です。インドネシアを含む東南アジアでは、第三言語として日本語を教える高校があります。今回協力してくれたダルマワンサ高校生も日本語を学んでいる生徒たちです。交流のテーマは「自分たちの町について」とし、理想の町ってどんな町だろう? 自分たちの町ってどんな町だろう? 10年後はどうなっているだろう? とそんなことを話し合いました。



イベントに参加した七戸高校生、インドネシアのダルマワンサ高校生と先生たち

オンラインを通して初めて知り合う両校生徒たちでしたが、日本語、英語、インドネシア語を駆使して、積極的に意見を述べたり、質問を投げかけたり、中には終始笑いの絶えない生徒たちもいました。

イベントを通して、自分たちの町をいろんな視点で考える、そんなきっかけになるオンライン交流会だったと思います。今後も双方にとって楽しく学び合える交流を続けていきたいです! そして最後に、高校生の元気や楽しむ力、柔軟に対応する力など、改めて高校生のパワーを感じました! うらやましい!!!

**見守り
新鮮情報**

私たちの生活の中にはたくさんの消費トラブルの種が潜んでいます。
困ったときは、消費者ホットライン（☎188）にご相談ください。

**トラブル例1
不用品の回収は許可業者に！**

ネットで、「1.5トントラックに詰め放題、39,800円」という広告を見て、不用品の回収を申し込んだ。作業当日、詰め込み後に事業者から領収書へのサインを求められ、金額を確認すると約65万円だった。不用品を運び出してもらわないと困るので、やむを得ずサインをしたが、作業前に金額の説明は受けておらず、支払いたくない。（70歳代 男性）



☆必ずしもネット広告やチラシに記載された料金の通り請求されるとは限りません。事前に複数の事業者から見積もりを取り、料金や作業内容を比較検討しましょう。

☆不用品の収集・運搬業は「一般廃棄物処理業」の許可が必要です。不用品の回収は許可業者に依頼しましょう。

＜七戸町内に事業所・営業所がある許可業者＞

許可業者名	営業所所在地	電話番号	許可業者名	営業所所在地	電話番号
(有)十和田環境サービス	荒屋150	22-7573	(有)向中野商会	道ノ上44-3	68-2838
(株)十和田ビルサービス	和田下11	23-4982	(有)天間製作所	森ノ下165-1	68-4484
県南清掃(株)	荒熊内67-706	62-3270			

**トラブル例2
生前整理デジタル遺品リストを作りました**

＜事例1＞

先日父が亡くなった。父が契約していた通販サイトの有料会員を解約したいが、IDやパスワードが分からないため、会員ページにログインできず、手続きが何もできない。（契約当事者：80歳代 男性、相談者：50歳代 女性）

＜事例2＞

亡くなった夫が利用していた決済アプリの残高が10万円あることが分かった。しかし夫のスマートフォンのロックが解除できないため、詳細が確認できない。（契約当事者：70歳代 男性、相談者60歳代 女性）



ひとこと助言

デジタル遺品リストを作ろう



本文イラスト：黒崎 玄

☆「デジタル遺品」（デジタル環境を通してしか実態がつかめない遺品）について、遺族から、IDやパスワードが分からず定期購入や月額制のサービスをスムーズに解約できない、ロックが解除できず端末内の電子マネーやネット取引の状況が把握できないなどの相談が寄せられています。終活の一環として、端末のロック解除方法、退会が必要なサイトとそのIDやパスワード、ネット関連の金融資産などについてノートなどに記し、家族などに伝える手段を講じておきましょう。

～ 柏葉塾の窓～



多角的な視点をもつこと

七戸公営柏葉塾 塾長 大川 祐介

次第に季節が変わってきています。塾の仕事が終わり家に帰る途中、ストーブの灯油の匂いが秋・冬の訪れを感じさせてくれます。暑さ寒さが混在し、体調を崩しやすくなる季節です。皆さん、体調管理に努めてください。

さて、七戸公営柏葉塾では高校の学習や大学受験の学習だけでなく、『七戸町をより知ってほしい』『将来、何らかのカタチで七戸町に関わってほしい』という観点から、塾生の皆さんと地域活動を実施しています。地域活動のひとつとして、先月の10月1日には七戸公営柏葉塾でリモートにて、国際交流イベントを実施しました。



リモートのお相手は、インドネシアのメダン (Medan) にある『ダルマワンサ高等学校』の先生3名と生徒6名です。当塾からは地域おこし協力隊の星野さんと塾生9名が参加し、総勢19名での交流会を行いました！塾生は3グループに分かれ、ダルマワンサ高等学校の高校生とお互いの町の良さや地域課題、10年後も自分が生まれ育った町に住みたいかなどを発表しました。



メダンの人口は200万人を超えます。インドネシアでは第3の都市で、日本で例えると名古屋・福岡・札幌のような都市です。当然、大都市ならではの地域課題もあり、こちらからすると想定外の課題を聞くことが出来ました。

自分たちが生まれ育った町について、国際的な視点から意見を聞くことは塾生たちにとっても大きな刺激になったと思います。いろいろな方の話を聞き、意見を聞き、自分なりの町に対する考えや気持ちを持ってもらえると嬉しいです！

皆さんが気になる点は『どの言語で交流を行ったの？』というところでしょうか。

実は、今回交流に協力してくださった方は高校で日本語を教えている先生であり、生徒たちも授業で日本語を学んでいます。そのため、基本的な会話は日本語や簡単な英語で行い、伝わりづらい時は星野さんの仲介でインドネシア語を使って交流を行いました。

インドネシア語が気になる方はぜひ自身で調べてみてください！きっと聞いたことある言葉も見つかるはずですよ！

一例として…

『こんにちは』は『halo (ハロー)』

『お元気ですか？』は『Apa kabar ? (アパカバール)』

『ありがとう』は『Terima kasih (テレマカシ)』

12月にリモート交流の続編を予定しており、自分の町や相手の町の課題解決策を提案し合うことを考えています。リモートでつながりやすくなったとはいえ、国際交流はそう簡単なものではありません。塾生の皆さんにはさまざまな経験を積み、多角的な視点から地元を愛せる大人に育ってほしいと願っています。

先月も掲載しましたが、引き続き、「お仕事講話」を行っていただける事業所を募集しています。可能な限りご希望の日程になるよう調整しますので、七戸公営柏葉塾 (☎0176-51-6075) までご連絡ください！

新着図書情報

■11月の休館日…3日(木)、23日(水)、24日(木)
 ■問合せ先…七戸中央図書館 ☎62-2119
 七戸中央公民館図書室 ☎68-2920
 この他の新着図書はこちら⇒<http://www.town.shichinohe.lg.jp>

【七戸中央図書館】

やっかいな食卓



／御木本あかり(著)
 専業主婦として家庭を支えてきた料理上手の姑。フードスタイリストだが日々の食事は簡素でよとする嫁。突然の二世帯同居でふたつの食卓がぶつかって…。多彩で魅力的な料理シーンも満載の令和時代の家族“食”小説。

SHOE LIFE [400億円]のスニーカーショップを作った男



／本明秀文(著)
 サラリーマンはいかにしてスニーカードリームを掴んだのか?世界が熱狂するスニーカーの震源地[atmos]創業者が、2.7坪のショップから約400億円企業を育て上げた自身の半生とストリート流経営哲学を綴る。

友だちのこまったがわかる絵本 みんながってみない



／WILLこども知育研究所(編・著)
 教室でずっと動いている子、体育館ですみっこに座っている子。「なんで?」と思ったときは、その子の気持ちを考えてみよう。相手の気持ちを考えるヒントを紹介し、発達のちがいを理解する絵本。

【七戸中央公民館図書室】

よくがんばりました。



／喜多川泰(著)
 だんじりが駆けめぐる祭りの夜。決して交わることのなかった父と息子に奇跡がおとずれ…。今日もできる限りいい一日にしようとする人生を必至で生きている人たちに送る、心の再生物語。

はっけよい、子ガッパ!



／中山聖子(作)、下平けいすけ(絵)
 弱虫の双子の弟リモには出場する権利があるのに、なんでわたしにはないの?「女の子はすもう大会に出てはいけない」というルールに納得できないリコ。出場しようと奮闘するリコの前に、奇妙な男の子があらわれて…。

くるまね? でんしゃさ!



／うちむらたかし(作)
 なかよしのねずみとりすで、今日はあでかけ。ねずみが「くるまね?」と聞くと、りすは「でんしゃさ!」と答えます。ふたりはそれぞれ好きな乗りもので出かけることにして…。

豪商の名ある看板昼ちちろ
高田美津子

久闊の友へ文書く夜長かな
川村亜輝子

林道の紅葉の画廊煌めいて
森野弘美

妣からの伝言めけり帰り花
工藤敦子

眠るまで思ひ出巡る夜長かな
天間スエ

秋うらら「俳句が好き」と学ぶ子ら
高田亮子

両の手に年子抱きて長き夜
盛田恵津子

長き夜を繰返し聞く高麗の曲
高井ユカ

《俳句》



低気圧過ぎむとしつつナナカマドの色づきそめし実を千ちに採む
佐藤悠一

白足袋で三年ぶりの流し踊り
沸きたつ拍手に応へて踊る
原信子

七草を生けて眺むる秋の月
都会育ちの知人を迎へて
听崎アイ子

語らねど無念もあらむと思ひやる
紫煙くゆらす君の傍にて
高田洋子

てんまはやし短歌会
落ち葉焚きダイオキシンの害知られ
出来ずもなつかし煙の匂い
大串靖子

気が付けば右側に首かき上げてる
「うま!」「すご!」「つめた!」
「い」はどこでしょう
水尻智代子

別々に太鼓を叩く孫ふたり
祭りの山車を追いかけて観る
市ノ渡つま子

早朝の草取りながら聞こえくる
みずみずとして鳴く虫の声
宮沢崇子

《短歌》

七戸群青短歌会

募 集 情 報

七戸町確定申告相談会事務補助員の募集（パートタイム）

確定申告相談会に係るパートタイム会計年度任用職員を募集します。

- 業務内容** 事務補助（課税資料や申告書等の資料整理、パソコン入力、資料スキャニング）、電話対応、窓口対応
- 雇用期間** ①令和5年1月11日(水)～令和5年3月24日(金)
②令和5年2月1日(水)～令和5年3月15日(水)
(いずれも土・日・祝日を除く)
- 募集人員** ①2人 ②4人
- 応募締切** 11月25日(金)
- 勤務条件** 1) 勤務場所 役場本庁舎 七戸町字森ノ上131-4
役場七戸支所 七戸町字七戸31-2
(作業状況により変更あり。自家用車などによる通勤となります。)
- 2) 賃 金 時給：897円～925円
- 3) 勤務時間 おおむね8:30～15:30（休憩60分含む）
(勤務日、勤務時間などについて相談に応じます)
- 4) 休 日 土曜日、日曜日、祝日
- 5) 諸 手 当 通勤手当
- 6) 福利厚生 社会保険：①あり②なし 雇用保険：あり
- 7) 服 務 地方公務員法に規定されるサービスが適用されます
- 必要書類** 七戸町会計年度任用職員申込書（七戸町ウェブサイト（<http://www.town.shichinohe.lg.jp/>）または税務課窓口にて配布）
※申込書の代わりに履歴書（顔写真付き、任意様式）でも可能です。
※書類は原則返却しません。
- 申込方法** 必要書類を税務課に郵送または持参ください。
- 選考方法** 書類および面接による選考。面接は11月下旬を予定しています。

問合せ先 税務課 ☎68-2113（直通）☎039-2792 七戸町字森ノ上131-4

七戸町社会福祉協議会 常勤職員募集

- 募集人数** 1人
- 採用年月日** 令和5年4月1日
- 応募資格** 令和5年4月1日時点で30歳以下の方
- 業務内容** 事務
- 採用試験** 1次選考 書類審査
2次選考 小論文、個人面接、集団面接
- 応募締切** 11月22日(火)
- 応募要項** 本会ウェブサイト（<http://www.7shakyo.com/>）よりご確認ください
- 応募書類** 指定の履歴書などを本会ウェブサイトよりダウンロードください。また、本会にて配布します。

問合せ先 七戸町社会福祉協議会 事務局 ☎62-6790

青森県最低賃金が改定されました

青森県最低賃金 時間額853円（令和4年10月5日から）

青森県最低賃金は、青森県内で働く全ての労働者に適用されます。

詳しくは、青森労働局ウェブサイト（<https://jsite.mhlw.go.jp/aomori-roudoukyoku/home.html>）をご覧ください。

問合せ先 青森労働局労働基準部賃金室 ☎017-734-4114

募 集 情 報

自衛官等受験者募集

試験内容・試験会場などは電話でご確認ください。

種 目	資 格	受付期間	試 験 日	処遇(令和4年1月現在)	試験場所
自衛官候補生 (任期制)	18歳以上33歳未満の方	通年	別途各人に連絡	【初任給】 月額:179,200円(高卒) 月額:198,100円(大卒)	別途各人に 連絡
陸上自衛隊 高等工科大学 生徒	推薦 男子で中卒(見込含)17歳 未満の学校長が推薦でき る方	12月2日(金)	令和5年1月5日(休)~7日(土) ^{※1}	【学生手当】 月額:103,700円	
	一般 男子で中卒(見込含)17歳 未満の方	令和5年 1月6日(金)	1次:令和5年1月14日(土)・15日(日) 2次:令和5年1月26日(休)~29日(日) ^{※1}	【期末手当】 年2回	
貸費学生	技術 大学の理学部・工学部の 3,4年次または大学院 修士課程在学の修業年限 を終わる年の4月1日現 在で26歳未満の方	11月11日(金)	12月3日(土)	【学資金貸与】 毎月:54,000円	

※1 試験期日については、後日指定されます。

問合せ先 自衛隊青森地方協力本部 三沢募集案内所 ☎53-1346

七戸町文化賞・スポーツ顕賞候補者の推薦について

文化・スポーツ活動で活躍された15歳以上（中学生および高校生を除く）の方をご存じの際は、生涯学習課に用意してある推薦書、または七戸町ウェブサイト（<http://www.town.shichinohe.lg.jp/>）掲載の推薦様式により12月9日(金)までにご推薦ください。

☆文化賞（芸術・学術）

文 化 賞：全国規模の展覧会、発表会などで特に顕著な業績を示された方

文化功労賞：永年にわたり文化の向上発展に貢献された方、または文化活動の養成指導に寄与された方

文化奨励賞：文化の創造および普及活動を続けられ、功績が優れ将来の活躍が一層期待される方

☆スポーツ顕賞

ス ポ ー ツ 功 労 賞：スポーツの普及発展に尽くされた方

スポーツ賞・スポーツ優秀賞：競技スポーツの分野で優秀な成績を収められた方

生涯スポーツ奨励賞：生涯スポーツの分野で優秀な成績を収められた方

問合せ先 生涯学習課 ☎62-9702

七戸町民スポーツレクリエーション祭の中止について

11月下旬に開催を予定していた、七戸町民スポーツレクリエーション祭は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため中止となります。

問合せ先 生涯学習課 ☎62-9702

文化的10万人「生活圏」郷土史講座のお知らせ

テーマ

小川原湖水系の古代から中世
 ー防御性集落（蝦夷社会）時代の七戸・上北ー
 ー奥州藤原氏時代の七戸・上北ー

テキスト

『北の防御性集落と激動の時代』 齊藤利夫 ほか編
 『平泉』 齊藤利夫 著 など

会場

(1)東北町民文化センター 2階 図書室
 日時：11月19日(土) 13:15～15:00
 (2)七戸南公民館 集会室
 日時：11月20日(日) 13:15～15:00

◎次回予告

令和5年春、七戸町、十和田市を会場として「小川原湖水系、奥入瀬川水系の中世ー奥州藤原氏から鎌倉幕府時代へー」をテーマに開催します。

問合せ先 文化的10万人「生活圏」推進の会七戸 高井 ☎62-6403

子ども・若者の悩み「なんでも相談会」

子育て、発達、いじめ、不登校、ひきこもり、仕事、経済的困窮など、子どもや若者、そのご家族が抱えるさまざまな悩みを1か所で出来る相談会です。

相談内容に合わせて、複数の相談員がチームで支えます。

日時 11月19日(土) 13:00～19:00

※秘密保持と新型コロナウイルス感染症対策のため原則予約制

場所 八戸市公会堂・公民館 2階 会議室

相談時間 50分

相談枠 ①13:00～13:50 ②14:00～14:50 ③15:00～15:50
 ④16:00～16:50 ⑤17:00～17:50 ⑥18:00～18:50

相談料 無料

主催 青森県子ども・若者支援地域協議会県南地域ネットワーク会議

予約・問合せ先 青森県環境生活部青少年・男女共同参画課

☎017-734-9226 ✉seishonen@pref.aomori.lg.jp



「なんでも相談会」QRコード

あおもり性暴力被害者支援センター

性的暴行や強制わいせつなど、性犯罪・性暴力の被害にあわれた方やそのご家族などからの相談を受け、要望に応じた必要な支援をコーディネートします。

「りんごの花ホットライン」 ☎017-777-8349 または #8891

※専門の研修を受けた相談員が対応します。秘密は厳守します。

相談受付時間 (月)～(金) 9:00～17:00

(上記時間以外および(土)・(日)・(祝)、年末年始は国のコールセンターにつながります。)

問合せ先 青森県青少年・男女共同参画課 ☎017-734-9228



ぐるっとNAVI 上十三・十和田湖 広域定住自立圏情報

メイプルタウンイルミネーション/六戸町

日 時 11月1日(火)～
令和5年2月28日(火)
日没から22:00まで
場 所 六戸町立図書館前
「いこいの広場」
問合せ先 メイプルタウンイルミネーション設置実行委員会
(事務局：六戸町文化ホール内)
☎55-5511



ろっかしよ産業まつり/六ヶ所村

日 時 11月6日(日)
場 所 尾駁漁港特設会場
問合せ先 一般社団法人 六ヶ所村観光協会
☎0175-72-3115

ガラス越しの音楽会2022 43th [純名理沙 With 笹子重治アコースティックライブ]/六ヶ所村

日 時 11月11日(金)
18:00開演(17:30開場)
場 所 六ヶ所村文化交流プラザ・
スワニー (ホワイエ)
問合せ先 六ヶ所村文化交流プラザ・
スワニー
☎0175-72-3400



寝たきり問題からの脱出

公立七戸病院 院長 小野 正人

前回から“寝たきりからの脱出方法”について書いてます。話の本筋は、もしあなたが、不本意な寝たきりになってしまった時、そこから脱出するには、寝たきり前から準備が必要だという話です。しかし、その説明を急ぐと、方向違いの誤解を受けかねない話題ですので、少し丁寧に半世紀ほど前からの日本の老人医療の実情とその時代的背景などについて、説明してきました。

少し繰り返しになりますが、老人医療の進化と大衆化は80年代～90年代にうんと進みました。そして、その頃の医療業界や一般社会が持つ、医療環境に蔓延する大体の空気は、“とにかく寿命の延伸が大事”で、その方向への努力が懸命になされました。その結果として、延命を支援する器械、技術、方法がムチャクチャに進歩し続けた時代です。その進歩を実際に駆使して、たとえ病気ががんでも、老衰でも、極端に言えばすべての患者に1分、1秒でも長く生きてもらう。というのがまっとうな医療であると社会全体が固く信じていた時代です。私が医師になったのは1978年ですが、卒後の数年間は、たとえがん末期、闘病の果てに亡くなった人の場合でも、ほぼ全例に蘇生術（人口マッサージや人工呼吸をすること）を行っていました。ほとんど儀式でしたが…。がんでお亡くなりになった患者さんに対してですよ。びっくりするでしょ。今思えば到底信じがたいことですが、医療側も、患者側もなんの抵抗もなく受け入れていたのを思い出します。それくらい、1分1秒の延命が重んじられた時代です。

ちょうどその頃（1985年前後）先鋭的な技法として強制栄養技術が世に出てきました。口から食べられない患者に、それまでの一般医療はかなり無力でした。そこで食べられない患者を対象に、医療的に栄養投与する方法が開発されてきたのです。はじめは大きな手術後で食べられない患者さんが対象の、点滴の大親分的内容栄養を血管に直接送り込む方法でした。それとほぼ同時並行で、消化管は元気だけれども、さまざまな原因で経口摂取が難しい人のために経管栄養というのが発達してきました。当初は難病で飲み込む力が落ちている人が対象でした。例えば生まれつき障害を持った子どもには、安定的な成長支援のために、また例えば成人の脳卒中後の後遺症としての嚥下障害^{えんげしやうがい}*のある人に、症状が回復して経口摂取が可能になるまでの場つなぎ法として開発されてきたものです。鼻を通して胃まで管を入れたり、手術でお腹の皮膚から直接胃に管を入れて、そこからバランスの取れた高栄養液を送り込む方法です。これは安定的に栄養を送り込むために、非常に優れた手段であることがすぐに証明されました。その後、この技術は経口摂取が難しいあらゆる患者に応用されて90年代には全国に野火のように広まりました。その結果その優れた方法の素晴らしい成果とともに、負の面が見えてきたのです。大問題は、体コチコチの寝たきり高齢者の急増でした。この辺りについてまた来月書きます。

*嚥下障害…食べること、飲み込むことの障害のことで、上手く食べられない、飲み込めない状態を指す。

七戸町プレミアム商品・飲食券を販売します

七戸町プレミアム商品・飲食券を下記のとおり販売します。詳細は11月広報折り込みのチラシ兼購入申込書をご確認ください。

販売日時	販売場所
11月18日(金) 9:00~16:00	商工観光課（道の駅しちのへ道路・観光情報館内） 七戸町商工会、七戸町天間林商工会
11月19日(土)、20日(日) 9:00~16:00	商工観光課（道の駅しちのへ道路・観光情報館内）
11月21日(月)~11月25日(金) 9:00~16:00 ※祝日を除く	商工観光課（道の駅しちのへ道路・観光情報館内） 七戸町商工会、七戸町天間林商工会
11月28日(月)~12月2日(金) 9:00~16:00	七戸町商工会

※なくなり次第販売を終了します。予約販売は受付しません。

有効期限 令和5年1月31日(火)

内容 8,000円分の商品・飲食券を5,000円で20,000冊販売
※町民一人5冊まで（代理購入は同居者のみ可）

問合せ先 商工観光課 ☎62-2137

— 暮らしの相談会 —

(弁護士による巡回無料相談)

弁護士法人青空と大地 ☎21-5162 ※必ず電話予約をしてご利用ください

日時 11月17日(木) 10:00~12:00
※相談時間は1人30分程度
場所 柏葉館 1階 小会議室
内容 家族関係、相続、土地・建物の
悩み事など
相談員 弁護士

— 行政・人権相談 —

(人権問題や悩みごと、行政への要望など)

総務課 ☎68-2111 庶務課 ☎62-2111

① **日時** 11月16日(水) 9:00~12:00
場所 本庁舎 2階 第1・2会議室
七戸支所 3階 第2会議室
② **日時** 12月7日(水) 9:00~12:00
場所 本庁舎 2階 第1・2会議室
七戸支所 3階 第2会議室
相談員 行政相談委員、人権擁護委員

納期限のお知らせ

固定資産税 第4期
国民健康保険税 第5期
介護保険料 第5期
後期高齢者保険料 第5期

納期限(口座振替日) **11月30日(水)**

滞納解消に向けた取り組み強化中!

問合せ先 税務課 ☎68-2113
町民課 ☎68-2112

戸籍の窓口

9月・10月

◎お誕生おめでとうございます

メッセ 母親 住所

甲田 珠^{みあ}紘^{ひろ} 紘^{ひろ} 子^こ 道^{みち}ノ上

●お悔やみ申し上げます

立石 トミ子^{とみこ} 92歳 天王
石昭夫^{しあく} 67歳 倉越

山本ツサキ	町屋ミツサキ	梅村つさき	竹内つさき	中村つさき	中村つさき	金藤つさき	天間つさき	古屋敷つさき	中村つさき	向中つさき
88歳	97歳	94歳	72歳	88歳	75歳	99歳	95歳	89歳	86歳	86歳
七戸	野続	太田野	中野	中野	中野	荒屋	天間	石沢	榎林	中嶋

災害時の対策を迅速に 中部上北総合防災訓練

道の駅しちのへ周辺で9月28日、中部上北総合防災訓練が行われ、消防署員や消防団員、町民ら約110人が参加しました。訓練は震度6強の地震から、建物火災や交通事故などの二次災害が発生したことを想定して実施されました。

火災発生後の初期消火訓練として、新町町内会・城内町内会自主防災会やイオン七戸十和田駅前店従業員による消火訓練やバケツリレーによる消火活動が行われたほか、ドローンによる被害状況情報収集訓練なども行われ、参加者たちは真剣に取り組んでいました。

バケツリレーで消火活動を行う参加者たち▶



鷹山宇一記念美術館情報

「黒の譜 戸村春樹展 ~かけがえのないもの~」 11月13日(日)まで

一次回特別展一

※11月14日(月)~26日(土)まで展示替えのため臨時休館

「第21回鷹山賞児童作品展/第21回JQA地球環境世界児童画コンテスト」

会期 11月27日(日)~令和5年1月22日(日)

青森県内の小中学校児童生徒に作品を公募する絵画コンテスト「鷹山賞児童作品展」は、本年第21回を迎えます。応募総数521点の力作の中から選出された鷹山賞を頂点とする入賞・入選作品をご紹介します。また併せて、世界各国の子供たちに地球環境をテーマに作品を公募した「JQA地球環境世界児童画コンテスト」から優秀作品を展覧します。一般財団法人日本品質保証機構(JQA)と国際認証機関ネットワーク(IQNET)が主催するこのコンテストは、次世代を担う子どもたちの環境意識の向上を願って開催されています。子どもたちの自由な発想・表現に「ハッ」と驚かされるこの2つの公募展!ご家族皆さままでぜひご来館ください。



鷹山賞 (小学生の部)
「水面の風景」(水彩)
昆 眞代 (三沢市立岡三沢小学校6年)



鷹山賞 (中学生の部)
「肌寒い朝のシーガルブリッジ」(アクリルガッシュ)
七崎 結衣 (八戸市立江陽中学校3年)

休館日 月曜日(ただし祝日の場合は開館し翌日休館)
年末年始休館 12/29(木)~1/2(月)

入館時間 10:00~18:00(最終入館17:30)

入館料 一般500(400)円、高校・大学生300(240)円、小中学生無料
※()内は前売券料金

問合せ先

鷹山宇一記念美術館
☎62-5858

町の統計

令和4年9月30日現在

★人口と世帯

男	7,041人	(+ 1)
女	7,653人	(+ 13)
計	14,694人	(+ 14)
世帯数	6,844世帯	(+ 26)
()内は前月比		

★交通事故

件数	2件	(19件)	<-1>
傷者	2人	(32人)	<-1>
死者	0人	(0人)	<±0>

★町内の火災

建物	0件	(6件)	<-3>
林野・その他	0件	(4件)	<±0>
()	1月からの累計		
< >	前年同月との累計比		

◎防災無線が聞き取れなかった方は…

☎0176-68-2300

◎火災発生地域(中部管内)を確認したい方は…

☎0176-60-8844